

HUBUNGAN ANTARA *EXTERNAL LOCUS OF CONTROL* DENGAN KECEMASAN PADA PENARI TRADISIONAL REMAJA

Ni Made Dewi Darmayanti

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa. Email: nidarmayanti@mhs.unesa.ac.id

Meita Santi Budiani, S.Psi., M.Psi

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa. Email: ita_peha@yahoo.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan pada penari tradisional remaja. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu, terdapat hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan pada penari tradisional remaja. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan subjek penelitian berjumlah 80 penari remaja di sanggar BNK, EB dan MJS yang rata-rata berusia antara 12 hingga 21 tahun. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *external locus of control* dan skala kecemasan. Teknik analisa data dalam penelitian ini adalah teknik *product moment coefficient*. Nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini adalah 0.750 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000, artinya terdapat hubungan yang positif antara variabel *external locus of control* dengan kecemasan. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *external locus of control* pada penari, maka akan semakin besar tingkat kecemasannya. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan pada penari tradisional remaja dapat diterima.

Kata kunci: kecemasan, *external locus of control*

Abstract

The purpose of this research is to know the correlation between external locus of control with anxiety of adolescent traditional dancer. The hypothesis in the research, there is correlation between external locus of control with external locus of control with anxiety of adolescent traditional dancer. The method of this study is quantitative with subject is 80 adolescent dancer in dance studio of BNK, EB and MJS whose the average age between 12 to 21 years old. The instrument used in this study are external locus of control scale and anxiety scale. Data analysis technique in this study is product moment coefficient. Correlation coefficient value in this study was 0.750 with 0.000 as a significance value, it means there is a positive relationship between external locus of control with anxiety. In other words, the higher external locus of control of dancer, the bigger of anxiety level will be. Base on the result of research, it can be conclude that the hypothesis which says there is correlation between external locus of control with anxiety of adolescent traditional dancer can be accepted.

Keywords: anxiety, *external locus of control*

PENDAHULUAN

Seni tari merupakan salah satu cabang seni yang menggunakan gerak olah tubuh manusia sebagai media ekspresi yang diwujudkan berupa gerak ritmis yang memiliki unsure keindahan (Soemaryatmi, 2011). Menurut Permatasary (2015) pada dasarnya seni tari merupakan suatu ekspresi yang secara sadar diungkapkan oleh seseorang sebagai ungkapan untuk menanggapi alam di sekeliling melalui bahasa gerak. Seseorang yang mempelajari dan melakukan sebuah pertunjukkan seni tari disebut dengan penari. Menurut Haryono (2012), penari merupakan seseorang yang menyajikan tarian diatas panggung maupun di tempat lain dan disaksikan oleh penonton (orang lain). Haryono juga menyebutkan

bahwa penari adalah seseorang yang dapat menguasai serta memadukan tiga unsur pokok dalam tarian, yaitu wiraga (gerak), wirama (irama), dan wirasa (isi/rasa).

Setiap penari tentunya suatu saat akan mempunyai waktu untuk tampil di depan umum menampilkan apa yang selama ini ia pelajari di sanggar. Pada saat pementasan tersebut, para penari baik yang pemula maupun yang sudah senior pasti menginginkan hasil pementasan yang terbaik. Setelah berlatih beberapa waktu, maka pementasan itulah yang menjadi tanda atau waktu yang tepat untuk menilai bagaimana seorang penari dapat menampilkan tarian yang ia bawaan bisa

menghibur penonton serta dapat menyampaikan pesan yang terdapat pada tarian tersebut.

Hal ini tidak jarang menyebabkan para penari terutama penari remaja mengalami kecemasan dalam menghadapi pementasan. Keinginan diri serta tuntutan dari lingkungan yang membuat para penari mengharuskan diri agar dapat menampilkan tarian secara maksimal di atas panggung. Karena itu tidak jarang pada waktu menunggu akan pentas, para penari mengalami gejala-gejala kecemasan seperti keringat dingin, rasa sakit perut (mulas), badan gemetar, mual, selalu ingin buang air kecil, berjalan mondar-mandir tanpa alasan, mencoba menghibur diri dan masih banyak yang lainnya. Kecemasan yang dialami oleh penari saat menunggu giliran untuk pentas biasanya menimbulkan berbagai macam efek samping saat penari berada di atas panggung, seperti rasa kurang percaya diri, kurang konsentrasi saat menari, melakukan ketidaksesuaian antara gerak dengan irama, hingga lupa dengan gerakan tarian yang selanjutnya. Pengalaman-pengalaman seperti ini yang biasanya membuat para penari semakin merasa tertekan dengan bayangan-bayangan atau pikiran-pikirannya sendiri mengenai kesalahan-kesalahan yang mungkin saja terjadi dan membuat dirinya semakin merasa cemas.

Spielberger (1972) berpendapat bahwa kecemasan merupakan hal yang mendasar dalam emosi setiap individu. Walaupun terdapat beberapa pendapat mengenai definisi emosi, akan tetapi secara umum dapat disimpulkan sebagai keadaan perasaan yang sangat mendalam, dalam kurun waktu tertentu dan disertai oleh perubahan fisiologi didalam diri yang bersangkutan (Apriliani, 2015).

Kecemasan yang dialami setiap individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, ada faktor yang berasal dari dalam maupun dari luar diri individu tersebut. Faktor dari dalam diri yang dapat menimbulkan kecemasan seperti kurangnya penari dalam menguasai tarian, tarian yang akan ditampilkan merupakan tarian yang baru dipelajari, merasa kurang hafal dan kurang dalam melakukan latihan, dll. Sedangkan faktor yang berasal dari luar individu dapat berupa lokasi penampilan yang masih baru, keadaan panggung yang tidak menentu, cuaca (apabila lokasi penampilan berada di *outdoor*), *sound system* yang mungkin saja terjadi hambatan, kostum yang kurang nyaman untuk bergerak, dsb. Namun dari segala aspek atau faktor tersebut, kontrol dirilah yang paling menentukan sikap, fikiran maupun keyakinan dirinya akan kemampuan yang ia miliki dalam mengatasi berbagai hambatan atau rintangan yang kemungkinan terjadi selama proses pementasan berlangsung, sehingga fikiran-fikiran atau kecemasan dapat di atasi.

Keyakinan individu dalam memandang faktor penyebab keberhasilan maupun kegagalan yang dialami,

termasuk hadiah dan hukuman yang diterimanya dapat disebut sebagai *Locus of Control*. *Locus of Control* juga mengacu pada sejauhmana seseorang merasakan kejadian-kejadian atau akibat dari tindakan serta perilakunya, baik itu perilaku atau kejadian yang positif maupun yang negative. Hal ini disebut dengan *internal locus of control*. Namun sebaliknya, apabila seseorang merasa bahwa apa yang ia lakukan merupakan akibat dari tekanan dari luar dirinya, seperti nasib, kesempatan, atau akibat dari perbuatan orang lain disebut dengan *external locus of control*. Perasaan akan takut gagal serta hal-hal yang tidak dapat diprediksi membuat individu memikirkan hal-hal buruk yang kemungkinan akan terjadi membuat emosi seseorang menjadi tidak menyenangkan dan menyebabkan dirinya merasa kecemasan, tidak terkecuali bagi seorang penari (Mayangsari, 2014).

Untuk itu perlu adanya pengontrolan terhadap emosi pada setiap penari, kesalahan dalam meregulasi emosi yang dihadapi oleh penari biasanya dapat berakibat kepada gerak fisik serta ingatan akan gerakan tarian. Hal tersebut dapat memicu timbulnya kecemasan yang tinggi. Apabila penari mengalami kecemasan yang tinggi, hal-hal seperti merasa ragu-ragu dalam bertindak, perasaan tidak menentu dan tidak berdaya akan mempengaruhi performanya di atas panggung karena konsentrasi dalam menghafal gerakan serta mengikuti irama musik akan terganggu, sehingga tujuan untuk memberikan penampilan terbaikpun akan sulit untuk dicapai (Mayangsari, 2014). Dalam penelitian ini terdapat beberapa hal yang dapat memicu timbulnya kecemasan seorang penari, salah satunya adalah *external locus of control*. Dicituskan pertama kali oleh Rotter pada tahun 1954 (Feist, 2001), konsep ini terus mengalami perkembangan dan menjadi satu dari sekian banyak topik yang diteliti dalam psikologi dan ilmu sosial (Feist & Feist, 2001).

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Terdapat dua variabel yang akan diketahui korelasinya, yaitu variabel *external locus of control* dan variabel kecemasan pada penari tradisional remaja. Rancangan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan pada penari tradisional remaja.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penari remaja di sanggar BNK, sanggar MJS, dan sanggar EB. Karakteristik subjek populasi yakni remaja laki-laki dan perempuan berusia 12-21 tahun yang tergabung didalam sanggar tari di Sidoarjo. Populasi target dalam penelitian ini sebanyak 80 penari. Pengumpulan data dalam

penelitian ini dilakukan dengan menggunakan angket berisi skala psikologis yaitu *external locus of control* dan skala kecemasan.

Menurut Arikunto (2010) terdapat tiga langkah dalam proses menganalisis data, yaitu: (1) persiapan, (2) tabulasi, dan (3) penerapan data sesuai dengan pendekatan penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi dengan tahapan uji asumsi dan uji hipotesis. Untuk uji asumsi terdapat dua tahapan yaitu uji normalitas menggunakan *kolmogorov-smirnov* dan uji linieritas menggunakan. Uji hipotesis dalam penelitian ini adalah menggunakan uji korelasi *product moment*.

HASIL

Dalam uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi sederhana dengan metode Pearson Correlation yang sering dikenal dengan sebutan *Pearson Product Moment*. Hasil perhitungan *product moment coefficient* dengan bantuan *softwar SPSS Statistic Editor Version 20 for Windows* mendapatkan hasil nilai signifikansi sebesar 0.000 dan kurang dari 0.05 ($\text{sig} < 0.05$). Sehingga H_0 ditolak, atau memiliki makna ada hubungan antara *external locus of control* dengan tingkat kecemasan pada penari tradisional remaja. Selanjutnya, koefisien korelasi sebesar 0.750 ($r = 0.750$) memiliki makna bahwa variabel bebas dan variabel terikat memiliki korelasi yang tinggi. Kemudian dari hasil uji hipotesis tersebut, didapatkan koefisien korelasi dalam penelitian ini memiliki arah positif, hal ini ditunjukkan melalui besarnya koefisien korelasi yaitu 0.750 dan tidak terlihat tanda negatif, sehingga dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi memiliki tanda positif. Hal ini bermakna bahwa semakin meningkat nilai *external locus of control* maka nilai kecemasan juga akan semakin tinggi.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan pada penari tradisional remaja di sanggar-sanggar di Sidoarjo. Spielberger (Apriliani, 2015) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan hal yang mendasar pada emosi masing-masing individu. Kecemasan merupakan keadaan perasaan yang sangat mendalam dalam kurun waktu tertentu dan disertai oleh perubahan fisiologis dalam diri individu yang muncul akibat adanya rangsang mengancam. Penghayatan individu terhadap ancaman yang dihadapinya akan menentukan tingginya intensitas

reaksi kecemasan yang dimunculkan. Kecemasan yang timbul pada individu dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ancaman baik secara fisik maupun psikis, terjadinya pertentangan pada individu karena adanya situasi yang mengancam, ketakutan terhadap sesuatu sehingga membuat individu memiliki pemikiran negative serta kebutuhan yang tidak mampu individu penuhi (Atkinson, 1983).

Individu yang cenderung pasrah terhadap lingkungan serta kurang percaya akan kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi suatu keadaan yang menurutnya mengancam akan lebih besar kemungkinan untuk mengalami kecemasan. Keyakinan pada individu bahwa hasil dari tindakan yang ada didalam diri mereka disebabkan oleh nasib, faktor kebetulan ataupun faktor yang berasal dari luar individu tersebut merupakan individu yang kecenderungan pada *external locus of control* menurut Jullian Rotter (Karimi & Alipour, 2011).

Berdasarkan pada hasil uji hipotesis yang telah dilakukan melalui teknik *product moment coefficient*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan penari tradisional remaja pada sanggar-sanggar tari di Sidoarjo. Hasil tersebut ditunjukkan pada tabel 4.4 yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 yang lebih kecil dari 0.05 ($\text{sig} < 0.05$). Kemudian hasil dari uji hipotesis juga menunjukkan koefisien korelasi pada penelitian ini adalah 0.750 yang termasuk dalam kriteria tinggi berdasarkan tabel 4.3. Sehingga antar *external locus of control* dengan tingkat kecemasan memiliki korelasi yang tinggi. Oleh karena itu, dapat dipahami bahwa *external locus of control* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada penari tradisional remaja. Kecemasan dapat dialami oleh semua orang, termasuk seorang penari. Seperti yang diungkapkan oleh Feist (2014) bahwa tidak ada seorangpun yang dapat menghindari dampak dari kecemasan.

Masing-masing individu memiliki tingkat *external locus of control* dan *internal locus of control* yang berbeda-beda. Individu dengan tingkat *external locus of control* yang tinggi akan cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi disbanding dengan yang lain. Hal ini dikarenakan bahwa individu yang memiliki tingkat *external locus of control* yang tinggi cenderung berkeyakinan bahwa suatu keberhasilan mereka dipengaruhi oleh faktor eksternal, yang bermakna bahwa individu memandang keberhasilan sebagai suatu hasil dari nasib dan kesempatan yang mereka miliki.

Arah hubungan yang positif antara variabel X yaitu *external locus of control* dengan variabel Y yaitu kecemasan mempunyai makna bahwa semakin tinggi *external locus of control* pada diri seorang penari, maka

semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialaminya (Karimi, 2011).

Kecemasan terjadi apabila seseorang berada pada kondisi atau keadaan emosi yang dirasa kurang menyenangkan yang dialami oleh manusia. Dampak dari kecemasan yang dialami oleh penari dapat berupa perasaan ragu-ragu didalam bertindak dalam menari, perasaan khawatir saat akan tampil diatas panggung, perasaan yang tidak menentu hingga lupa akan beberapa gerakan tarian yang akan ditampilkan. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor genetik (biologis), lingkungan dan kognitif (Corey, 2005).

Hasil penelitian yang dilakukan kepada penari tradisional remaja di sanggar BNK, EB dan MJS menunjukkan bahwa mereka mengalami kecemasan sebelum pertunjukkan, kecemasan tersebut dapat muncul beberapa hari maupun beberapa saat sebelum pertunjukkan. Pertunjukkan yang dimaksud meliputi tes kenaikan tingkat, lomba-lomba, sampai pertunjukkan dalam sebuah event tertentu. Penari merasakan kecemasan ketika mereka akan tampil didepan orang, mereka akan merasakan perasaan tegang akibat dari situasi yang mereka anggap mengancam diri sendiri sehingga motivasi individu untuk melakukan sesuatu demi mengurangi perasaan tegang tersebut. Menurut Corey (2005), terdapat dua cara yang akan dilakukan oleh individu yang mengalami kecemasan, yaitu menghadapi situasi mengancam tersebut atau menghindari situasi mengancam tersebut.

Kecemasan yang dirasakan oleh penari ketika akan melakukan pertunjukkan dikarenakan pikiran-pikiran yang dari penari yang merasa takut kalau lingkungan sekitar tidak mendukung penampilannya seperti sound system, keadaan panggung, atau hal-hal yang tidak bisa diprediksi saat menari. Untuk mengurangi perasaan tegang tersebut, biasanya penari melakukan beberapa hal yang dapat mengurangi perasaan cemas tersebut. Ada dengan melakukan hal yang menyenangkan seperti berlibur sejenak, bermain game, melakukan hobby yang santai, namun ada pula yang semakin sering melakukan latihan untuk menenangkan diri.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rastegar (2013) yang menyatakan terdapat hubungan yang positive dan signifikan antara *external locus of control* dengan kecemasan, yang bermakna bahwa apabila individu cenderung memiliki *external locus of control* yang tinggi, maka individu tersebut akan cenderung lebih ,udah mengalami kecemasan. Menurut Rastegar, pengalaman setiap individu sangat mempengaruhi individu tersebut dalam memandang faktor-faktor penyebab atas keberhasilan maupun kegagalan dalam suatu tugas yang mereka alami.

Hal ini sesuai dengan apa yang peneliti dapatkan dari hasil data penelitian, bahwa pengalaman-pengalaman penari sedikit banyak mempengaruhi penari dalam memandang sebuah faktor dari keberhasilan dan kegagalan mereka dalam menampilkan sebuah tarian.

Penari yang cenderung pada *external locus of control* akan memandang bahwa faktor diluar diri merekalah yang banyak menyebabkan penari sering mengalami kecemasan saat akan melakukan pertunjukan tari. Seperti yang dinyatakan oleh Atkinson (1983), bahwa individu dapat mengalami kecemasan ketika berada pada situasi yang menghambat atau tertekan. Saat tampil di atas panggung atau di depan public, penari memiliki pengalaman buruk saat di atas panggung seperti sound yang tidak bagus, kondisi panggung yang tidak mendukung, keadaan lingkungan yang tidak dapat diprediksi membuat penari merasa bahwa hal itu merupakan ancaman untuk penari dalam menjalankan tugasnya.

Ancaman-ancaman tersebut baik itu nyata maupun tidak nyata dapat membuat individu merasa takut yang disebabkan oleh pikiran-pikiran negative akan kegagalan itu sendiri. Individu yang cenderung pada *external locus of control* merasa bahwa dirinya tidak memiliki kuasa sepenuhnya dalam keberhasilan. Individu dengan keyakinan bahwa takdir, nasib, kekuasaan orang lain, serta kesempatan merupakan faktor utamayang mempengaruhi dan memiliki kendali atas apa yang ia alami, karena itu seringkali individu tersebut tidak yakin akan usaha yangia lakukan akan dapat berhasil, dan kurang aktif dalam mencari informasi maupun ilmu pengetahuan yang terkait dengan situasi atau keadaan yang sedang dialami (Ghufron, 2011).

Pada penari remaja di sanggar BNK, EB dan MJS yang cenderung pada *external locus of control* memiliki keyakinan bahwa sekeras apapun usaha latihan yang dilakukan, pada akhirnya nasib serta takdir dari Tuhan yang menentukan berhasil tidaknya suatu pertunjukkan tari, terutama pada saat penari tersebut menarikan tarian sakral. Apabila seorang penari tidak benar-benar siap secara lahir dan batin ketika menari tarian sacral, maka besar kemungkinan penari tersebut dapat mengalami peristiwa 'kesurupan', dalam artian penari tidak sadar sepenuhnya dengan apa yang sedang ia lakukan atau tarikan. Kecemasan yang dialami oleh penari yang akan melakukan tarian sacral, bukan terletak pada ketakutan akan peristiwa 'kesurupan' itu sendiri, melainkan ketakutan kalau-kalau dirinya tidak mampu mengontrol apa yang sedang ia lakukan dan takut apabila hal tersebut dapat mengacaukan atau merusak konsep awal dari pertunjukkan itu sendiri.

Penelitian oleh Samreen dan Zubai (2013) memeberikan hasil bahwa kecemasan memiliki hubungan

yang positive dengan *external locus of control*. Samreen menyebutkan bahwa suatu hal yang tidak dapat kita kendalikan atau kita prediksi seperti nasib, peluang atau kesempatan, serta kematian membuat individu akan lebih tinggi mengalami kecemasan, dikarenakan individu tidak akan mengetahui bagaimana hasil atau peristiwa apa yang akan terjadi di waktu yang akan datang yang mempengaruhi tugas atau tanggung jawab yang sedang dilakukan oleh individu tersebut, sehingga keberhasilan menyelesaikan tugas tersebut dengan baik juga tidak pasti yang membuat individu merasa takut apabila ia gagal walaupun itu hanya sebuah pemikirannya yang belum tentu akan terjadi.

Hasil penelitian lainnya yang juga sesuai dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Badakshan (2012) yang mengatakan bahwa *external locus of control* memiliki hubungan yang positive dengan kecemasan, dalam hal ini kecemasan membaca pada pelajar. Hal ini di pengaruhi oleh sudut pandang serta pengalaman individu dalam memandang suatu lingkungan di sekitarnya. Seperti yang dikemukakan oleh Rotter (Feist, 2014), bahwa individu dengan *external locus of control* memiliki sikap yang nyaman dengan lingkungan sekitarnya sehingga cenderung lebih pasrah, kurang memiliki sikap bertanggung jawab atas kesalahan yang telah diperbuat karena ia cenderung menilai bahwa kedalahan yang telah ia perbuat bukan semata-mata karena dirinya, namun ada faktor diluar dirinya yang juga menjadi faktor penyebab, dan cenderung mengandalkan orang lain. Karena beberapa sikap itulah individu dengan kecenderungan *external locus of control* lebih mudah mengalami kecemasan.

PENUTUP

Simpulan

Hasil Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik uji *product moment coefficient* yang dikembangkan oleh Karl Pearson sehingga sering disebut dalam keseharian sebagai teknik uji *Pearson Product moment coefficient*.

Hasil dari analisa data memberikan informasi bahwa nilai signifikansi dari data penelitian ini adalah sebesar 0.000 ($\text{sig} < 0.05$) yang bermakna yaitu hipotesis 0 (H_0) ditolak, atau berarti ada hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan pada penari tradisional remaja. Koefisien korelasi sebesar 0.750 ($r = 0.750$) memiliki makna bahwa variabel bebas dan variabel terikat memiliki korelasi yang tinggi. Kemudian, tidak adanya tanda negative pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa koefisien bertanda positif dan memiliki arti yaitu korelasi antara variabel *external locus of control* dengan variabel kecemasan memiliki arah positif. Sehingga semakin tinggi *external locus of control*

pada penari tradisional remaja, maka semakin tinggi pula kecemasan penari saat akan menghadapi pertunjukan.

Saran

Berdasar pada hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi penari tradisional remaja yang tergabung dalam sanggar BNK, EB dan MJS

Dominannya *external locus of control* pada diri seorang penari mempengaruhi tingginya kecemasan yang dialami saat menghadapi pertunjukkan. Disaran bagi penari untuk lebih berfikir positif tentang situasi lingkungan serta lebih percaya dengan kemampuan diri sendiri, sehingga kecemasan akan berkurang.

2. Bagi sanggar BNK, EB dan MJS.

Dengan adanya penelitian ini dan penelitian lanjutan dari penelitian ini, diharapkan pihak pengurus sanggar, seperti Pembina, pelatih, ketua serta pengurus sanggar sebaiknya dapat melakukan evaluasi yang membangun motivasi yang positif guna membangun kepercayaan diri pada setiap anggota sanggar.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *external locus of control* dengan kecemasan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *external locus of control* pada individu khususnya penari, maka semakin tinggi pula kecemasan yang dialami. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan diferensiasi antara *external locus of control* dengan *internal locus of control* sehingga dapat diketahui hasil berupa *external locus of control* ataupun *internal locus of control* yang berpengaruh terhadap terhadap tingginya tingkat kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilliani, Rizky Ayu. (2015). *Pengaruh Yoga Prenatal terhadap Kecemasan Sesaat dalam Menghadapi Persalinan pada Primigravida Trimester III Digalenia Mom and Baby Center Kota Bandung*. Bandung: Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Sosial dan Humaniora).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Hilgard, E. R. (1983). *Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan Jilid II*. (A. Dharma, Ed., & W. Kusuma, Trans). Jakarta: Erlangga.

- Atkinson R. (1987). *Pengantar Psikologi Jilid 2*. Batam: Interaksara.
- Badakhshan, Sara. (2012). *The Relationship between Reading Anxiety and Locus of Control among Iranian Intermediate EFL Learners (Prospective Language Teachers)*. Iranian EFL Journal. Vol. 8(3): 133-152.
- Corey, Gerald. (2005). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Refika Aditama.
- Feist, Jess & Gregory J. Feist. (2014). *Teori Kepribadian. Theories of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghufron & Risnawati. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Haryono, S. (2012). *Konsep Dasar Bagi Seorang Penari*. Vol. 11(1). Surakarta: Institut Seni Indonesia (ISI) Surakarta.
- Karimi, Roohangiz & Farhad Alipour. (2011). *Reduce Job Stress in Organizations: Role of Locus of Control*. International Journal of Business and Social Science. 2(18): 130-143.
- Mayangsari, Desy., Ranakusuma, Oktaviani I. (2014). *Hubungan Regulasi Emosi dan Kecemasan Pada Petugas Penyidik Polri Dan Penyidik PNS*. Jurnal Psikogenesis. Vol. 3(1): 13-27. Universitas YARSI.
- Permatasary, Nur Rachma. (2015). *Interaksi Sosial Penari Bujangganong Pada Sale Creative Community Di Desa Sale Kabupaten Rembang*. Jurnal Seni Tari. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Rastegar, Mina., Nahid Heidari. (2013). *The Relationship between Locus of Control, Test Anxiety, and Religious Orientation among Iranian EFL Students*. Open Journal of Modern Linguistics. Vol. 3(1): 73-78. Iran: Shahid Bahaonar University.
- Soemaryatmi. (2011). *Tari dan Pendidikan*. GELAR (Jurnal Seni Budaya). Vol. 9(1): 75.
- Speilberger, Charles D. (1966). *Anxiety and Behavior*. New York: Academic Press Inc.
- Spielberger, Charles D. (1972). *Anxiety : Current Trend in Theory and Research vol-I*. Newyork : Academic Press Inc.